



Roma ISD- Wellness Plan (Revised March 9, 2022)

WELLNESS PLAN

This document, referred to as the “wellness plan”, is intended to implement policy FFA (LOCAL) ([https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA\(LOCAL\).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELLNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA(LOCAL).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELLNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES)), which has been adopted by the Board, to comply with the requirements for a school wellness policy. [Section 9A(a) of the National School Lunch Act (NSLA), 42 U.S.C. 1758b]

STRATEGIES TO SOLICIT INVOLVEMENT

Federal law requires that certain stakeholders be involved in the development, implementation, and periodic review and update of the wellness policy. The District has chosen to use the local school health advisory council (SHAC) to work on behalf of the District to review and consider evidence-based strategies and techniques in order to develop and implement nutrition guidelines and wellness goals as required by federal law. The SHAC will permit the following persons to work with the SHAC on the District’s wellness policy and plan: parents, students, the District’s food service provider, physical education teachers, school health professionals, Board members, administrators, and members of the public. The SHAC will solicit involvement and input of interested persons by posting on the District’s website the dates and times of SHAC meetings at which the wellness policy and plan are scheduled to be discussed and the name and position of the person responsible for oversight of the District’s wellness policy and plan along with an invitation to contact that person if the reader is interested in participating in the development, implementation, and evaluation of the wellness policy and plan.

IMPLEMENTATION

Each campus principal is responsible for the implementation of FFA(LOCAL) and this wellness plan at his or her campus, including the submission of necessary information to the SHAC for evaluation. The superintendent or designee is the District official responsible for the overall implementation of FFA(LOCAL), including the development of this wellness plan and any other appropriate administrative procedures, and ensuring that each campus complies with the policy and plan.

EVALUATION

In accordance with law, the District will periodically measure and make available to the public an assessment on the implementation of the District’s wellness policy, the extent to which each campus is compliant with the wellness policy, a description of the process made in attaining the goals of the wellness policy, and the extent to which the wellness policy compares with any State or federally designated model wellness policies. Absent federal regulations to the contrary, the District commits to the evaluation activities described below. At least annually, the SHAC will prepare a report on the wellness policy and this plan by gathering information from each principal and appropriate District administrators. The SHAC will assess the District’s and each campus’s progress toward meeting the goals of the policy and plan by reviewing District and campus level activities and events tied to the wellness program.

The SHAC may use any of the following tools for that analysis:

- Relevant portions of the WellSAT 3.0 (www.wellsat.org)
- Relevant portions of the Center for Disease Control’s School Health Index (<http://www.cdc.gov/healthyschools/shi/index.htm>)
- A District-developed self-assessment

PUBLIC NOTIFICATION

To comply with the legal requirement to inform and update the public about the content and implementation of the local wellness policy, the District will create a wellness page on its website to document information and activity related to the school wellness policy, including:

- A copy of the wellness policy [FFA(LOCAL)];
- A copy of this wellness plan, with dated revisions;
- Notice of any Board revisions to policy FFA(LOCAL);
- Notice of any SHAC meeting at which the wellness policy or corresponding documents are scheduled to be discussed;
- The SHAC's annual report on the District's wellness policy and plan; and
- Any other relevant information.

The District will also publish the above information in appropriate District or campus publications.

RECORDS RETENTION

Records regarding the District's wellness policy will be retained in accordance with law and the District's records management program. You may contact the District's designated records management officer, with questions.

GUIDELINES AND GOALS

The following provisions describe the District's nutrition guidelines and activities chosen by the SHAC to implement the Board-adopted wellness goals in policy FFA(LOCAL)

[https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA\(LOCAL\).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA(LOCAL).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES)).

NUTRITION GUIDELINES

All District campuses participate in the United States Department of Agriculture's (USDA's) child nutrition programs, including the National School Lunch Program (NSLP) and the School Breakfast Program (SBP). Federal law requires that the District establish nutrition guidelines for foods made available on each campus that are consistent with the federal standards and that promote student health and reduce childhood obesity. The District's nutrition guidelines are to ensure all foods and beverages sold, otherwise made available, or marketed to students during the school day adhere to all federal regulations and guidance and are designed to promote student health and reduce childhood obesity.

FOODS SOLD

The District will comply with federal requirements for reimbursable meals. For other foods and beverages sold to students during the school day, the District will comply with the federal requirements for competitive foods. Competitive foods and beverages are not part of the regular meal programs and occur through sales such as a la carte options or vending machines. For purposes of this plan, these requirements will be referred to as "Smart Snacks" standards or requirements. The following websites have information regarding meal and Smart Snacks requirements:

<http://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals>

<https://www.fns.usda.gov/cn/tools-schools-focusing-smart-snacks>

<https://squaremeals.org/FandNResources/Handbooks.aspx>

EXCEPTION – FUNDRAISERS

State rules adopted by the Texas Department of Agriculture (TDA) allow an exemption to the Smart Snacks requirements for up to six days per year per campus when a food or beverage is sold as part of a District fundraiser. [See CO(LEGAL)]

[https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO\(LEGAL\).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO(LEGAL).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=)

FOODS MADE AVAILABLE

There are currently no federal requirements for foods or beverages made available to students during the school day. The District will comply with state law, which allows a parent or grandparent to provide a food product of his or her choice to classmates of the person's child or grandchild on the occasion of the student's birthday or to children at a school-designated function. [See CO(LEGAL)]

[https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO\(LEGAL\).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO(LEGAL).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=)

Acting on Behalf of a Parent.

It is not uncommon for a parent to designate another adult to act for the child in the place of the parent. This authority is granted for the best interest of the child and the parent. However, there are instances when it may be difficult for school staff to determine when a parent has given official authority to another adult to act on his/her behalf. [Competitive Food Nutrition Standards Section 20.15 of the NSLP Handbook: Administrator's Reference Manual] The parent may provide written consent to allow the authority of food exchange to take place between parent and grandparent. In addition, the District has established the following local guidelines on foods and beverages made available to students during the school day: No foods and beverages may be given away or otherwise made available to students, with the exception of celebrations that may occur on campuses up to four days each school year. These celebrations must occur after lunch and must be approved by the principal.

MEASURING COMPLIANCE

The District will measure compliance with the nutrition guidelines by reviewing meal reimbursement submissions from the child nutrition department to the TDA, reviewing foods and beverages that are sold in competition with the regular school meals, reviewing items sold as part of approved District fundraisers, and monitoring the types of foods and beverages made available to students during the school day.

NUTRITION PROMOTION AND EDUCATION

Federal law requires that the District establish goals for nutrition promotion and education in its wellness policy. The District's nutrition promotion activities will encourage participation in the National School Lunch Program, the School Breakfast Program, and any supplemental food and nutrition programs offered by the District. State law also requires that the District implement a coordinated health program with a nutrition services and health education component at the elementary and middle school levels. [See EHAA] The District will implement the nutrition services and health education component through instruction of the essential knowledge and skills related to nutrition and health in the District's physical education, health education, and science courses. In accordance with FFA(LOCAL)

([https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA\(LOCAL\).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA(LOCAL).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES)) the District has established the following goals for nutrition promotion and education:

- The use of food to reward/reinforce desirable behavior and academic performance, etc. is NOT allowed. Withholding food as a punishment is strictly prohibited;
- Students will receive consistent nutrition messages throughout schools, classrooms, cafeterias, and school media;
- Teachers will integrate nutrition education into core curricula;
- Nutrition promotion will include participatory activities such as contests, promotions, farm visits, and experience working in school gardens;
- Nutrition education will promote fruits, vegetables, whole-grain products, low-fat dairy products, healthy food preparation methods, and accurate portion sizes;
- Students will have opportunities to taste foods that are low in saturated and trans fats, sodium and added sugar;
- Nutrition education will be provided to families via handouts, newsletters, postings on the District website, presentations, and workshops;
- Monthly school breakfast and lunch menus will be posted to the District website; District staff will be strongly encouraged to model healthful eating habits, and discouraged from eating in front of students/sharing food with students during regular class time, outside of activities related to the nutrition

education curriculum.

- Families will be encouraged, when providing packed lunches and snacks, to meet the district nutrition standards and will be provided with written guidance on how to accomplish this;
- Nutrition curriculum will promote adequate nutrient intake and healthy eating practices;
- Skill development, such as reading labels to evaluate the nutrient quality of foods, meal planning, analysis of health information;
- Nutrition themes including, but not limited to, USDA's My Plate, Dietary Guidelines for Americans, adequate nutrient intake (such as carbohydrates, proteins, fats), body image and food safety;
- All reimbursable meals will meet nutrition standards mandated by the USDA, as well as any additional state nutrition standards that go beyond USDA requirements;
- All cafeteria staff will be provided training on USDA meal plans/reimbursable meals so they can properly advise students as to the meal components they may/must take, as well as cooking techniques, recipe implementation, sanitation, and food safety;
- All menus will be reviewed by a dietician when possible. When this is not feasible, USDA software will be used for menu development and nutrient analysis.
- Students will be provided at least 10 minutes to eat breakfast and 20 minutes to eat lunch after being seated;
- Meals will be served in a clean and pleasant setting and under appropriate supervision. Rules for safe behavior will be consistently enforced;
- Students will have access to hand washing/hand sanitizing facilities before meals and snacks and cafeteria staff will remind students to make use of them;
- Information on the nutritional content and ingredients of meals will be available upon request. Parents and students will be informed that information is available and information shall be kept up to date.
- Participation in school meal programs will be promoted. Parents will be notified of the availability of the breakfast and lunch programs and will be encouraged to determine eligibility for reduced or free meals;

PHYSICAL ACTIVITY

- The District will implement, in accordance with law, a coordinated health program with physical education and physical activity components and will offer at least the required amount of physical activity for all grades. [See BDF, EHAA, EHAB, and EHAC]
- The District will meet the required physical activity in elementary school grades by providing 30 minutes /day or 135 minutes/week of regularly scheduled physical education instruction.

Additionally, Roma ISD shall provide a student enrolled in elementary school an opportunity to participate in unstructured, outdoor recess twice daily for 15 minute sessions each throughout the school year. The period for play required by this policy should adhere to these guidelines:

- Recess sessions should be a separate time from physical education. Recess is unstructured playtime where children have choices; develop rules for play and release energy and stress.
- Recess should not be viewed as a reward but a necessary educational support and health component for all children.
- Recess should not be withheld from children as a form of punishment.

At the middle school level, the District will require students, unless exempted because of illness or disability, to be enrolled in physical education or athletics courses for at least two out of the six semesters in grades six-eighth.

Federal law requires that the District establish goals for physical activity in its wellness policy.

In accordance with FFA(LOCAL), the District has established the following goals for physical activity:

- Physical education classes will count toward graduation and GPA;
- The school will provide adequate space/equipment and conform to all safety standards; The school prohibits the use of physical activity and withholding of physical education class and other forms of physical activity as punishment;

- All Physical Education classes will be taught by a qualified physical education teacher and at least 50% of class time will be spent in moderate to vigorous activity;
- Physical education staff will receive professional development on a yearly basis;
- All students will have opportunities for physical activity beyond physical education class on a daily basis;
- Classroom health education will reinforce the knowledge and skills needed to maintain a physically active lifestyle;
- Students will be encouraged to reduce sedentary time, and will not be required to engage in sedentary activities for more than two hours without an opportunity to stretch and move around;
- Teachers will be expected to incorporate opportunities for physical activity in the classroom whenever possible and will be encouraged to serve as role models by being physically active alongside the students; district members will also be able to use district facilities for personal workouts and health betterment.
- Outdoor recess will only be withheld in the event of extreme weather, as defined by the District.

Elementary, middle, and high school campuses are encouraged to:

- offer extracurricular physical activity programs, such as physical activity clubs and intramural programs;
- High school and middle school will offer interscholastic sports programs to all students.

SCHOOL-BASED ACTIVITIES

Federal law requires that the District establish goals for other school-based activities in its wellness policy to promote student wellness. In accordance with FFA(LOCAL), the District has established the following goal(s) as part of its student wellness policy to create an environment conducive to healthful eating and physical activity and to promote and express a consistent wellness message: Fitness Awareness days including but not limited to:

- Campus Health Fairs
- Field Days
- School Open House event



Roma ISD- Plan de Bienestar (Revisado el 9 de marzo de 2022)

PLAN DE BIENESTAR

Este documento, denominado "plan de bienestar", tiene por objeto implementar la política FFA (LOCAL) ([https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA\(LOCAL\).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA(LOCAL).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES)), que ha sido adoptada por la Junta, para cumplir con los requisitos de una política de bienestar escolar. [Sección 9A(a) de la Ley Nacional de Almuerzos Escolares (NSLA), 42 U.S.C. 1758b]

ESTRATEGIAS PARA SOLICITAR LA PARTICIPACIÓN

La ley federal requiere que ciertas partes interesadas participen en el desarrollo, la implementación y la revisión periódica y actualización de la política de bienestar. El Distrito ha optado por utilizar el consejo asesor de salud escolar local (SHAC) para trabajar en nombre del Distrito para revisar y considerar estrategias y técnicas basadas en la evidencia con el fin de desarrollar e implementar pautas de nutrición y objetivos de bienestar según lo exija la ley federal. El SHAC permitirá que las siguientes personas trabajen con el SHAC en la política y el plan de bienestar del Distrito: padres, estudiantes, proveedor de servicios de alimentos del Distrito, maestros de educación física, profesionales de la salud escolar, miembros de la Junta, administradores y miembros del público. El SHAC solicitará la participación y el aporte de las personas interesadas publicando en el sitio web del Distrito las fechas y horas de las reuniones del SHAC en las que se discutirá la política y el plan de bienestar y el nombre y la posición de la persona responsable de la supervisión de la política y el plan de bienestar del Distrito, junto con una invitación a contactar a esa persona si el lector está interesado en participar en el desarrollo, implementación y evaluación de la política y plan de bienestar.

IMPLEMENTACIÓN

Cada director del campus es responsable de la implementación de FFA (LOCAL) y este plan de bienestar en su campus, incluida la presentación de la información necesaria al SHAC para su evaluación. El superintendente o designado es el funcionario del Distrito responsable de la implementación general de FFA (LOCAL), incluido el desarrollo de este plan de bienestar y cualquier otro procedimiento administrativo apropiado, y garantizar que cada campus cumpla con la política y el plan.

EVALUACIÓN

De acuerdo con la ley, el Distrito medirá periódicamente y pondrá a disposición del público una evaluación sobre la implementación de la política de bienestar del Distrito, la medida en que cada campus cumple con la política de bienestar, una descripción del proceso realizado para alcanzar los objetivos de la política de bienestar y la medida en que la política de bienestar se compara con cualquier política de bienestar modelo designada por el estado o el gobierno federal. A falta de regulaciones federales en contrario, el Distrito se compromete a las actividades de evaluación que se describen a continuación. Al menos una vez al año, el SHAC preparará un informe sobre la política de bienestar y este plan mediante la recopilación de información de cada director y administradores del Distrito apropiados. El SHAC evaluará el progreso del Distrito y de cada campus hacia el cumplimiento de los objetivos de la política y el plan mediante la revisión de las actividades y eventos a nivel de Distrito y campus vinculados al programa de bienestar.

El SHAC puede utilizar cualquiera de las siguientes herramientas para ese análisis:

- Partes relevantes del WellsAT 2.0 (www.wellsat.org)

- Partes relevantes del Índice de Salud Escolar del Centro para el Control de Enfermedades (<http://www.cdc.gov/healthyschools/shi/index.htm>)
- Una autoevaluación desarrollada por el Distrito

NOTIFICACIÓN PÚBLICA

Para cumplir con el requisito legal de informar y actualizar al público sobre el contenido y la implementación de la política de bienestar local, el Distrito creará una página de bienestar en su sitio web para documentar la información y la actividad relacionada con la política de bienestar escolar, que incluye:

- Una copia de la política de bienestar [FFA(LOCAL)];
- Una copia de este plan de bienestar, con revisiones fechadas;
- Aviso de cualquier revisión de la Junta a la política FFA (LOCAL);
- Aviso de cualquier reunión de SHAC en la que se programe la discusión de la política de bienestar o los documentos correspondientes;
- El informe anual del SHAC sobre la política y el plan de bienestar del Distrito; y
- Cualquier otra información relevante.

El Distrito también publicará la información anterior en las publicaciones apropiadas del Distrito o del campus.

RETENCIÓN DE REGISTROS

Los registros relacionados con la política de bienestar del Distrito se conservarán de acuerdo con la ley y el programa de administración de registros del Distrito. Puede comunicarse con el oficial de administración de registros designado del Distrito, si tiene preguntas.

DIRECTRICES Y OBJETIVOS

Las siguientes disposiciones describen las pautas y actividades de nutrición del Distrito elegidas por el SHAC para implementar los objetivos de bienestar adoptados por la Junta en la política FFA(LOCAL)

([https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA\(LOCAL\).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA(LOCAL).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES)).

PAUTAS DE NUTRICIÓN

Todos los campus del Distrito participan en los programas de nutrición infantil del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), incluido el Programa Nacional de Almuerzos Escolares (NSLP) y el Programa de Desayuno Escolar (SBP). La ley federal requiere que el Distrito establezca pautas de nutrición para los alimentos disponibles en cada campus que sean consistentes con los estándares federales y que promuevan la salud de los estudiantes y reduzcan la obesidad infantil. Las pautas de nutrición del Distrito son para garantizar que todos los alimentos y bebidas vendidos, puestos a disposición o comercializados a los estudiantes durante el día escolar se adhieran a todas las regulaciones y directrices federales y estén diseñados para promover la salud de los estudiantes y reducir la obesidad infantil.

ALIMENTOS VENDIDOS

El Distrito cumplirá con los requisitos federales para comidas reembolsables. Para otros alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes durante el día escolar, el Distrito cumplirá con los requisitos federales para alimentos competitivos. Los alimentos y bebidas competitivos no son parte de los programas regulares de comidas y ocurren a través de ventas como opciones a la carta o máquinas expendedoras. A los efectos de este plan, estos requisitos se denominarán estándares o requisitos de "Smart Snacks". Los siguientes sitios web tienen información sobre los requisitos de comidas y Smart Snacks:

<http://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals>

<https://www.fns.usda.gov/cn/tools-schools-focusing-smart-snacks>

<https://squaremeals.org/FandNResources/Handbooks.aspx>

EXCEPCIÓN – RECAUDACIONES DE FONDOS

Las reglas estatales adoptadas por el Departamento de Agricultura de Texas (TDA) permiten una exención a los

requisitos de Smart Snacks por hasta seis días al año por campus cuando se vende un alimento o bebida como parte de una recaudación de fondos del Distrito. [Ver CO(LEGAL)] [https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO\(LEGAL\).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO(LEGAL).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=)

ALIMENTOS DISPONIBLES

Actualmente no hay requisitos federales para los alimentos o bebidas disponibles para los estudiantes durante el día escolar. El Distrito cumplirá con la ley estatal, que permite a un padre o abuelo proporcionar un producto alimenticio de su elección a los compañeros de clase del hijo o nieto de la persona con motivo del cumpleaños del estudiante o a los niños en una función designada por la escuela. [Ver CO(LEGAL)] [https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO\(LEGAL\).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=CO(LEGAL).html&title=FOOD%20AND%20NUTRITION%20MANAGEMENT&subtitle=)

Actuar en nombre de un padre.

No es raro que un padre designe a otro adulto para que actúe por el niño en lugar del padre. Esta autoridad se otorga por el interés superior del niño y del padre. Sin embargo, hay casos en que puede ser difícil para el personal de la escuela determinar cuándo un padre ha dado autoridad oficial a otro adulto para que actúe en su nombre. [Normas Competitivas de Nutrición Alimentaria Sección 20.15 del Manual NSLP: Manual de Referencia del Administrador] El padre puede dar su consentimiento por escrito para permitir que la autoridad del intercambio de alimentos tenga lugar entre el padre y el abuelo. Además, el Distrito ha establecido las siguientes pautas locales sobre alimentos y bebidas puestos a disposición de los estudiantes durante el día escolar: No se pueden regalar alimentos y bebidas ni poner a disposición de los estudiantes, con la excepción de las celebraciones que pueden ocurrir en los campus hasta cuatro días cada año escolar. Estas celebraciones deben ocurrir después del almuerzo y deben ser aprobadas por el director.

MEDICIÓN DEL CUMPLIMIENTO

El Distrito medirá el cumplimiento de las pautas de nutrición revisando las presentaciones de reembolso de comidas del departamento de nutrición infantil a la TDA, revisando los alimentos y bebidas que se venden en competencia con las comidas escolares regulares, revisando los artículos vendidos como parte de las recaudaciones de fondos aprobadas por el Distrito y monitoreando los tipos de alimentos y bebidas disponibles para los estudiantes durante el día escolar.

PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN NUTRICIONAL

La ley federal requiere que el Distrito establezca metas para la promoción de la nutrición y la educación en su política de bienestar. Las actividades de promoción de la nutrición del Distrito fomentarán la participación en el Programa Nacional de Almuerzos Escolares, el Programa de Desayunos Escolares y cualquier programa suplementario de alimentos y nutrición ofrecido por el Distrito. La ley estatal también requiere que el Distrito implemente un programa de salud coordinado con un componente de servicios de nutrición y educación para la salud en los niveles de escuela primaria y secundaria. [Ver EHAA] El Distrito implementará el componente de servicios de nutrición y educación para la salud a través de la instrucción de los conocimientos y habilidades esenciales relacionados con la nutrición y la salud en los cursos de educación física, educación para la salud y ciencias del Distrito. De acuerdo con FFA(LOCAL) ([https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA\(LOCAL\).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES](https://pol.tasb.org/Policy/Download/1088?filename=FFA(LOCAL).html&title=STUDENT%20WELFARE&subtitle=WELNESS%20AND%20HEALTH%20SERVICES)) el Distrito ha establecido los siguientes objetivos para la promoción y educación nutricional:

- El uso de alimentos para recompensar / reforzar el comportamiento deseable y el rendimiento académico, etc. NO está permitido. La retención de alimentos como castigo está estrictamente prohibida;
- Los estudiantes recibirán mensajes de nutrición consistentes en todas las escuelas, aulas, cafeterías y medios escolares;
- Los maestros integrarán la educación nutricional en los planes de estudio básicos;
- La promoción de la nutrición incluirá actividades participativas como concursos, promociones, visitas a granjas y experiencia trabajando en huertos escolares;
- La educación nutricional promoverá frutas, verduras, productos integrales, productos lácteos bajos en grasa,

métodos de preparación de alimentos saludables y tamaños de porción precisos;

- Los estudiantes tendrán la oportunidad de probar alimentos que son bajos en grasas saturadas y trans, sodio y azúcar agregada;
- La educación nutricional se proporcionará a las familias a través de folletos, boletines, publicaciones en el sitio web del Distrito, presentaciones y talleres;
- Los menús mensuales de desayuno y almuerzo escolar se publicarán en el sitio web del Distrito; Se alentará encarecidamente al personal del distrito a modelar hábitos alimenticios saludables y se desalentará de comer frente a los estudiantes / compartir alimentos con los estudiantes durante el tiempo regular de clase, fuera de las actividades relacionadas con el plan de estudios de educación nutricional.
- Se alentará a las familias, al proporcionar almuerzos y refrigerios para llevar, a cumplir con los estándares de nutrición del distrito y se les proporcionará orientación por escrito sobre cómo lograrlo;
- El currículo de nutrición promoverá la ingesta adecuada de nutrientes y las prácticas de alimentación saludable;
- Desarrollo de habilidades, como leer etiquetas para evaluar la calidad de los nutrientes de los alimentos, planificación de comidas, análisis de información de salud;
- Temas de nutrición que incluyen, entre otros, My Plate del USDA, Pautas dietéticas para los estadounidenses, ingesta adecuada de nutrientes (como carbohidratos, proteínas, grasas), imagen corporal y seguridad alimentaria;
- Todas las comidas reembolsables cumplirán con los estándares de nutrición exigidos por el USDA, así como con cualquier estándar de nutrición estatal adicional que vaya más allá de los requisitos del USDA;
- Todo el personal de la cafetería recibirá capacitación sobre los planes de comidas / comidas reembolsables del USDA para que puedan asesorar adecuadamente a los estudiantes sobre los componentes de la comida que pueden / deben tomar, así como las técnicas de cocina, la implementación de recetas, el saneamiento y la seguridad alimentaria;
- Todos los menús serán revisados por un dietista cuando sea posible. Cuando esto no es factible, el software del USDA se utilizará para el desarrollo del menú y el análisis de nutrientes.
- A los estudiantes se les proporcionará al menos 10 minutos para desayunar y 20 minutos para almorzar después de sentarse;
- Las comidas se servirán en un entorno limpio y agradable y bajo la supervisión adecuada. Las reglas para el comportamiento seguro se aplicarán de manera consistente;
- Los estudiantes tendrán acceso a instalaciones para lavarse las manos / desinfectarse las manos antes de las comidas y los refrigerios, y el personal de la cafetería les recordará a los estudiantes que hagan uso de ellos;
- La información sobre el contenido nutricional y los ingredientes de las comidas estará disponible bajo petición. Se informará a los padres y estudiantes de que la información está disponible y la información se mantendrá actualizada.
- Se promoverá la participación en programas de alimentación escolar. Se notificará a los padres de la disponibilidad de los programas de desayuno y almuerzo y se les alentará a determinar la elegibilidad para comidas reducidas o gratuitas;

ACTIVIDAD FÍSICA

- El Distrito implementará, de acuerdo con la ley, un programa de salud coordinado con componentes de educación física y actividad física y ofrecerá al menos la cantidad requerida de actividad física para todos los grados. [Ver BDF, EHAA, EHAB y EHAC]
- El Distrito cumplirá con la actividad física requerida en los grados de la escuela primaria al proporcionar 30 minutos / día o 135 minutos / semana de instrucción de educación física programada regularmente.

Además, Roma ISD brindará a un estudiante matriculado en la escuela primaria la oportunidad de participar en un recreo no estructurado al aire libre dos veces al día durante sesiones de 15 minutos cada una durante todo el año escolar. El período de juego requerido por esta política debe cumplir con estas pautas:

- Las sesiones de recreo deben ser un tiempo separado de la educación física. El recreo es un tiempo de juego no estructurado donde los niños tienen opciones; desarrollar reglas para el juego y liberar energía y estrés.

- El recreo no debe verse como una recompensa, sino como un apoyo educativo y un componente de salud necesarios para todos los niños.
- El recreo no debe ser retenido a los niños como una forma de castigo.

A nivel de escuela intermedia, el Distrito requerirá que los estudiantes, a menos que estén exentos debido a una enfermedad o discapacidad, estén inscritos en cursos de educación física o atletismo durante al menos dos de los seis semestres en los grados seis y octavo.

La ley federal requiere que el Distrito establezca metas para la actividad física en su política de bienestar.

De acuerdo con FFA (LOCAL), el Distrito ha establecido los siguientes objetivos para la actividad física:

- Las clases de educación física contarán para la graduación y el GPA;
- La escuela proporcionará espacio / equipo adecuado y se ajustará a todas las normas de seguridad; La escuela prohíbe el uso de la actividad física y la retención de la clase de educación física y otras formas de actividad física como castigo;
- Todas las clases de Educación Física serán impartidas por un profesor de educación física calificado y al menos el 50% del tiempo de clase se dedicará a una actividad moderada a vigorosa;
- El personal de educación física recibirá desarrollo profesional anualmente;
- Todos los estudiantes tendrán oportunidades para la actividad física más allá de la clase de educación física a diario;
- La educación para la salud en el aula reforzará los conocimientos y habilidades necesarios para mantener un estilo de vida físicamente activo;
- Se alentará a los estudiantes a reducir el tiempo sedentario, y no se les exigirá que participen en actividades sedentarias durante más de dos horas sin la oportunidad de estirarse y moverse;
- Se espera que los maestros incorporen oportunidades de actividad física en el aula siempre que sea posible y se les alentará a servir como modelos a seguir al ser físicamente activos junto a los estudiantes; los miembros del distrito también podrán usar las instalaciones del distrito para entrenamientos personales y mejoramiento de la salud.
- El recreo al aire libre solo se retendrá en caso de clima extremo, según lo definido por el Distrito.

Se alienta a los campus de primaria, intermedia y secundaria a:

- ofrecer programas extracurriculares de actividad física, como clubes de actividad física y programas intramuros;
- La escuela secundaria y la escuela intermedia ofrecerán programas deportivos interescolares a todos los estudiantes.

ACTIVIDADES ESCOLARES

La ley federal requiere que el Distrito establezca metas para otras actividades escolares en su política de bienestar para promover el bienestar de los estudiantes. De acuerdo con FFA(LOCAL), el Distrito ha establecido los siguientes objetivos como parte de su política de bienestar estudiantil para crear un ambiente propicio para una alimentación saludable y actividad física y para promover y expresar un mensaje de bienestar consistente: Días de concientización sobre la aptitud física que incluyen, entre otros:

- Ferias de Salud del Campus
- Días de campo
- Evento de Puertas Abiertas Escolares